

めでいかすとり
Médicastre



「チングルマ」

山形県病院協議会リハビリテーション専門部会シンポジウム開催のご報告

期日：令和元年5月11日(土)

場所：鶴岡地区医師会館 3階講堂

鶴岡市立湯田川温泉リハビリテーション病院 院長 武田 憲夫

先の本紙(めでいかすとる)2019年4月15日号に、当院の担当で、山形県病院協議会「リハビリテーション専門部会」のシンポジウム開催のご案内をさせていただきましたが、そのご報告を致します。去る5月11日(土)13:30-17:30、鶴岡地区医師会館講堂で、「地域における高齢者、認知症患者に対する在宅リハビリテーションと在宅支援について」というテーマで、シンポジウムを開催致しました。多くの方にご参加頂きたいと、県内各地域のリハビリテーションスタッフ、病院、施設に呼びかけ、これから益々重要になってくると思われる高齢者、認知症患者への在宅支援、在宅リハビリテーションなどをキーワードに議論したシンポジウムでした。高齢化社会と共に認知症患者が増加(2015年で約520万人 内閣府)、在宅支援、在宅医療の充実が謳われています(山形県地域医療構想 2016)。そして、社会は、とりわけ我々医療人は、これらにどう向き合い、どう対応して行くべきかが問われています。「認知症」、「高齢化」と言った、我々が未だ明確な解決策を持っていない問題に、地域地域で苦労し、悩みながら対応している方々にご発表頂き、話し合い、少しでも患者さんのため、ご家族のためになる支援、医療、介護、リハビリテーションの体制作りにお役に立てばと思っただけの開催でした。

当日89名(医師4名、看護師7名、療法士71名、鶴岡市や事務系他7名)の方々のご参加を頂きました。昨年の本会は、リハビリテーション関連スタッフのみでシンポジウムを構成しましたが、この度は、認知症、高齢者、在宅医療、在宅支援といった、リハビリテーション以外のより広い医療、社会の問題を議論して欲しいと考え、日頃患者、家族とより密接に繋がりを持っている看護師の立場からご意見を頂くため、広い情報網をお持ちで、様々な方面でご活躍のこのころの医療センター看護師の三原美雪氏、さらに、お忙しい中ご参加頂けるとのことで、認知症専門医でもあり「鶴岡オレンジプラン」のリーダーでもある荘内病院神経内科医丸谷宏先生にも指定発言という形でお話し頂き、ご発表頂きました。基調講演、シンポジストのご発表をお聞きし、その後参会者との



熱い議論が交わされました。会の次第、演者は下記の如くです。

○基調講演(座長：武田 憲夫氏)

講師 山口 智晴先生

(群馬医療福祉大学 リハビリテーション学部 作業療法専攻 教授)

演題：「地域における高齢者、認知症患者に対する在宅リハビリテーションと在宅支援～穏やかな地域生活の継続に向けて～」

○シンポジウム(座長：富村 香里氏)

シンポジスト

佐藤 裕邦氏(庄内地区 老人保健施設 うらら 作業療法士)

清野 敏秀氏(村山地区 朝日町立病院 作業療法士)

黒田 昌宏氏(村山地区 みゆき会病院 理学療法士)

佐藤 広章氏(置賜地区 在宅リハビリ看護ステーションつばさ 米沢 サテライト 言語聴覚士)

三原 美雪氏(庄内地区 山形県立こころの医療センター 看護師)

指定発言

丸谷 宏先生(庄内地区 荘内病院 神経内科 医師)

基調講演は、群馬県前橋市で、2013(平成25)年から、国のモデル事業として立ち上げた「認知症初期集中支援チーム」の中で、早期から認知症の方やその家族を訪問支援する取り組みを行い実績を積んでいる、群馬医療福祉大学リハビリテー



ション学部 作業療法専攻教授 山口智晴先生よりお話を伺いました。山口先生には、鶴岡地区の「認知症初期集中支援チーム（鶴岡オレンジチーム）」立ち上げに際しても、丸谷先生達が前橋に見学に向ったり、アドバイスを戴いたり、当地区が既に色々とお世話になっておりました。前橋市での支援対象者は既に200名以上の実績をお持ちで、「支援」の依頼は、地域包括支援センター、かかりつけ医、更には直接ご家族からもあるとのこと、地域全体を巻き込むネットワーク作り、広報が大切だと感じました。さらに、認知症の原因と状態に応じた、柔軟な対応、個々の家庭状況に合わせた生活が継続出来る環境整備、支援の重要性を強調されました。その根本は、認知症に限らず、人に優しい、住みやすい街づくりを皆で協力して目指すことが基本の姿だと感じました。

シンポジウムは、湯田川温泉リハビリテーション病院作業療法士富村香里氏の司会のもと、6名のご発表と、その後約1時間30分にわたり様々な議論が交わされました。

シンポジストのお話は、それぞれがこれまで苦労と模索を重ねて来たことを呈示し、重みと味のあるお話しばかりでした。その内容を網羅することは出来ませんが、私なりに簡単にまとめて紹介させていただきます。

うららの佐藤裕邦氏からは、個々に異なる患者状況に合わせた、「適切な」認知症ケアを如何に提供出来るようにするかの問題提案がありました。

朝日町立病院の清野敏秀氏は、山形県作業療法士会として「認知症作業療法推進委員会」による認知症の方、ご家族への支援の内容を紹介、「おせっかい」のある「優しい地域作り」を提案されました。

みゆき会病院の黒田昌宏氏は、個々に異なる認知症患者に対して、個々の事例を多職種で検討し、その認知症患者に合わせた、テーラーメイドの対応をしている状況をお話し下さいました。

つばさの佐藤広章氏は、米沢サテライトの利用者の中で、認知症の患者さんは4割程度で、多くを占めていないことを指摘。その理由は、本人やご家族が、「認知症」である事を拒否したり、関わりたくないことが原因になっているようです。そんな中で在宅生活を続けて行く事が出来るようにするためには、社会が、認知症に関わることが当たり前と感じる社会の雰囲気作りが大切と述べています。

看護師の三原美雪氏は、認知症患者による様々な問題行動に対し、否定せず、環境整備や認容行動でやりわり対応することを提案しました。また、荘内病院の認知症ケアチームや多職種連携を基盤とした在宅医療に取り組んでいる「ほたる」、さらには医療と地域を結ぶ社会連携の推進を模索している「みどりまち文庫」などを紹介し、より広い職種を取り込んだ、地域包括ケアシステムの関与の重要性を強調し、医療関係者の連携だけでは無く、より広い職種との連携、社会連携が必要と述べました。「認知症、優しく包む地域の目」と社会全体で認知症とその家族を優しく包む仕組みづくりを提案しており、これは、この度のシンポジストが共通して提案していることと感じました。

荘内病院丸谷宏先生は、鶴岡地区における脳卒中地域連携パスに関わっている地区内56の医療、介護、事業所にアンケート調査。回復期リハ退院後の生活期の地域連携の状況について問うたところ、約半数近くが地域連携は上手く行っていないとの回答でした。そして、もっと在宅支援や機能低下時のリハビリテーションに力を入れて欲しいとの要望があったとのこと。生活期における再発予防、ADL低下予防には、医療と介護のより広い、緊密な多職種連携、社会連携の必要性を強調されました。

社会全体で認知症とその家族を優しく包む仕組みづくりは、認知症ばかりでは無く、障がい者、高齢者、不登校や引きこもりなどの社会的弱者とその家族にも対象が広がって行けるものと考えます。そのためには、医療関係者の連携だけでは無く、より広い職種との連携、社会連携の必要性を痛感しました。

昨今、無差別殺人のような信じられない痛ましい事件が日本にも出てきていますが、その様な事件が生ずる原因の一つに、弱者を追い込む社会の雰囲気があるのではないかとも思っています。

鶴岡准看護学院親睦会

期日：平成31年4月26日(金)

場所：鶴岡市藤島農村環境改善センター

平成31年4月26日、鶴岡准看護学院親睦会が行われました。鶴岡市藤島農村環境改善センターまでは大型バスに1年生と2年生が隣同士に座りました。初めはお互い緊張気味でしたが、調理やレクリエーションを終えた帰りの車内は笑顔が多くみられ、学年を超えた交流を深めることができた1日でした。

2年：小林 未来

入学後の歓迎会では1年生も2年生も緊張した雰囲気がありましたが、親睦会では昼食作りやレクリエーションを通じて、会話だけでなく一緒に喜んだり、ゲームで悔しがったりと楽しい時間を共に過ごすことができました。今日の親睦会のように行事を通してさらに交流を深めていきたいです。

2年：鈴木 優子

係として計画をたて実行する事はとても大変でしたが、事前準備や仲間との協力が大事な事を実感し、学ぶ事が多くありました。一人で出来る事には限界があり悩んでいると、気にかけて手伝ってくれた仲間や先生方に救われ何とか当日まで準備する事ができました。協力してくれた方々にはとても感謝し、今度は私が手助けできるようにしていきたいです。

2年：徳安 柊哉

親睦会を終えて、とても充実した時間を過ごせたと思います。1年生も2年生も緊張はしていたと思いますが、2年生が先輩として声をかけコミュニケーションを取ることができ笑顔が多く見られました。私は親睦会のリーダーでしたが、係だけでなくみんなから助けられました。そのおかげでスムーズに進行することができました。親睦会を通し1・2年生はとても



良い関係が築けたと思うので、これからの行事も協力していきたいです。

1年：工藤 宮子

親睦会に参加して、2年生やクラスの人々と距離が縮まった気がしました。また、みんなと協力して一つのことをする楽しさを改めて感じることができました。みんなで作った豚汁とパフェはとても美味しく、楽しい時間でした。レクリエーションでは、クラスの人々や先生方のいつもと違う一面も知れてとても楽しかったです。これを機に、何かあれば2年生に話しかけていきたいです。また、クラスの人々と団結し、助け合っていきたいです。

1年：小林 空太

始めは豚汁とパフェ作りをしました。2年生となかなか話す事ができなかったのですが、料理をしていく事で自然に2年生と話が弾み、仲良くなる事ができたと思います。先輩からは普段聞けない事など聞いたので、とても話が盛り上がりました。来年は私たちが考え実行しなければなりません。みんなをまとめ先輩方のような進め方をできたら良いなと考えています。これからたくさんの行事があると聞いたので、さらに絆が深まると思います。



鶴岡地区医療学術懇話会

日時：令和元年5月30日(木) 19:00～
場所：東京第一ホテル鶴岡

「慢性咳嗽 長引く咳の診断と治療のポイント ～咳からどのような疾患を疑い診断し治療していくか～」

山形大学医学部附属病院 第一内科
病院教授 井上 純人 先生

日常臨床において、「咳」は最も一般的な症状であり、悩ましい問題である。実際一般住民において咳嗽を症状として有しているのは、日本人の報告で約10%程度、欧米の報告では10から30%程度とかなりの頻度で見受けられる。咳という症状は大変ありふれたものではあるものの、その原因は多岐にわたっており、原因となる診断をつけることは必ずしも容易ではない。また治療法についても、症状を緩和するための鎮咳剤や去痰剤にはじまり、実際の診療では抗菌薬が処方されているケース、吸入、経口のステロイド剤や、吸入、貼付の長時間作用性 β 2刺激剤、長時間作用性抗コリン剤、漢方薬や抗アレルギー剤など様々な薬剤が治療法の候補として挙がってくる。

咳嗽はその性質や継続している期間によって分類されている。喀痰を伴わない咳嗽を「乾性咳嗽」、伴うものを「湿性咳嗽」と分類する。継続期間が3週間以内のものを「急性咳嗽」、3週間以上継続しているものを「遷延性咳嗽」、そして8週間以上継続しているものを「慢性咳嗽」と定義している。通常3週間以上継続している咳嗽を、医学的には「長引く咳」と定義することが一般的ではあるが、外来を受診する患者はたとえ1週間でも「咳が続く」という症状を訴え受診する場合もあり、その点は注意を要する。3週間以上継続する遷延性、8週間以上継続する慢性咳嗽は治療上ひとくくりにして考えられることが多い。遷延性、慢性咳嗽の原因

としては、種々の報告を見ると、咳喘息、アトピー咳嗽、そして副鼻腔気管支症候群が原因となることが多いとされている。ただし見逃してはいけない疾患として、たとえ若年であっても肺癌を疑うことは忘れてはならないし、他者への感染の危険を考えると結核の診断が遅れてしまうことは避けなければならない。また薬剤性としてACE阻害剤や β 遮断薬の使用による咳嗽も注意しておく必要がある。さらに近年は胃食道逆流症(Gastro Esophageal Reflux Disease (GERD))も問題となることがある。

そして呼吸器疾患として重要な慢性閉塞性肺疾患(COPD)を鑑別頂きたい。本疾患は肺気腫や慢性気管支炎を基礎として肺機能の低下を伴い、喫煙を主とする有害物質の長期吸入曝露により生じる肺疾患と定義されている。現在「健康日本21」の健康政策に認知率の向上という目標が立てられているが、いまだ疾患認知率は低く、疫学的に予想される患者数と比較し実際の数は非常に少ないのが現状である。すなわち一般社会や診療にまだまだ潜在している可能性は非常に大きく、本疾患の存在を疑い、早期診断、早期治療介入を検討することは非常に重要である。

本講演では本学の疫学、臨床研究から得られた知見を基に、咳嗽を訴える患者の診断や治療に役立つ知識を整理頂くことができれば幸いである。

温海さくらマラソン体験記

さくらマラソン救護スタッフに参加して

期日：平成31年4月21日(日)

鶴岡市立荘内病院 看護師 星野 悠太

4月21日、心地よい春の陽気と満開の桜の中で行われたさくらマラソンに救護スタッフの一人として参加させていただいた。私は普段、病院で勤務する看護師であり、救護スタッフは初めての経験であった。さくらマラソンには選手としても参加したことがなく、実際の雰囲気やどんな傷病者が来るのか、急な場面に対応できるのかなど不安に感じることもあった。しかし、当日の会場の熱気や選手たちの気合いを感じ、私自身モチベーションを高めて、現場に臨むことができた。

当日、荘内病院からは医師1名、看護師2名で救護スタッフとして参加させていただいた。選手は、北は北海道、南は沖縄から、子供から大人まで約1,700名が参加されており、私が会場に着いた時にはすでにウォーミングアップをしている参加者もいた。物品や施設の確認をしているうちに、最初の傷病者がレース開始前に救護所に現れ、いよいよ救護スタッフの役割が始まった。1人目は観客として来た子供が、遊んでいて転んだというものだった。マラソン選手の対応を想定していたため、少し戸惑いはしたものの処置を行い終了した。その後、子供の部のレースが開始となり、続々と転倒などで擦り傷を負った子供たちが救護所に現れた。多くの子供は保護者に連れられてきたが、中には大会スタッフが連れてくる子供もいた。処置後、本部スタッフと連携し、保護者の呼び出しをってもらうなどして対応した。

会場は時間が経つにつれ気温が上がり、正午には青空も見え、温かさを感じるまでになっていた。選手たちも続々とゴールテープを切って

いた。救護スタッフの中で、そろそろ脱水や熱中症になった選手が運ばれてくるかもしれないという話しになり、現地で準備された経口補水液や当院から準備してきた点滴をいつでも使用できるようにしていた。そんな中、「ゴール1km前付近で倒れている選手がいる。意識朦朧で受け答えも難しい様子だ。」との報告が本部に入り、緊張が走った。どんな処置が必要か、現場にあるものだけで対処しきれののかなど話し合い、情報が分かり次第救護スタッフにも伝えて欲しいことを本部に依頼した。その後、本部の判断で事前に配備されていた救急救命士が救急車で現場に駆けつけ、病院に搬送となった。

午後1時、タイムアップとなりコースが閉鎖された。その後も救護スタッフの仕事は続いた。ゴール後、頑張りすぎて足のつりが治らず動けなくなった選手がいるとの報告を受け、担架を持って駆けつけ、救護所に搬送する場面もあった。その後、コースに残った選手の収容および健康上の問題がないことが確認され、救護スタッフの仕事は終了した。運営スタッフ、選手や観客全員が会場を盛り上げ、盛大な大会となった。その中で、さくらマラソン救護スタッフとして安全な大会運営に微力ながらも貢献できたことを光栄に思う。



マイペット&マイホビー

— 第 105 回 —

鉄道を楽しむ

桂医院 佐久間 和弘

私をはじめこのコーナーに寄稿させていただいたときは趣味の写真撮影についてお話しさせていただきましたが、あれから何年か経ったいまも依然として写真撮影は中学生時代から続くわたしの最大の趣味であることに変わりありません。

そこで、今回は子供の頃からのもうひとつの趣味「鉄道」について、私がこれまで撮影してきた写真を織り交ぜながらお話ししようと思います。

さながら鉄道情報誌のような誌面になってしまいましたがお許し下さい。

わたしは大学を栃木県内で過ごし、東武宇都宮線沿線に住んでおりました。

当時、東武宇都宮線と新栃木駅で合流する東武日光線では新旧さまざまな形式の電車が走り、貨物列車の運行も行われていました。いまでこそ東武電車はどれもモダンなデザインになりましたが、当時は垢抜けないノスタルジックなデザインの車両も多く、その頃の東武電車のハイライトは浅草から新栃木を経て日光・鬼怒川温泉方面をむすぶ特急電車（デラックス・ロマンスカー＝DRCの愛称だった）1720系『けごん』『きぬ』でした。その頃わたしが日光へ写真撮影に出かけるときはクルマではなくわざわざ『けごん』と路線バスを利用したものでした。

このころ私が使用していたカメラはLeica M6というフィルムカメラで、この写真もそれで撮影したものです。

現在この車両は東武伊勢崎線・東向島駅となりの東武博物館に展示されています。



さて、地元のJR羽越線をみると、先日、車両老朽化のため廃止になった快速『きらきらうつつ』（デビューは最近だが、特急いなほの旧型車両485系の車体改造車）、おなじ理由でおおくのファンに惜しまれつつ運転を終了した寝台特急『日本海』（大阪～青森）、『あけぼの』（上野～青森）、『トワイライト・エクスプレス』（大阪～札幌）など、ここ数年のダイヤ改正で列車のバラエティが減り、現在は特急いなほと普通列車、そして貨物列車といった顔ぶれのみという、ちょっと物足りない状況になっています。



そのなかで年に数回運転されるイベント列車が、沿線や停車駅につかの間の華やかさをもたらしてくれています。

そのひとつ、2014年の山形ディスティネーションキャンペーン期間に運転されたイベント列車『SL山形DC架け橋号』（村上～酒田）です。



この列車を牽引する蒸気機関車C57-180は1946年に製造され、もともと鶴岡を含めた羽越線で運用されていましたが、わたしの生まれた1969年には廃車になり新津市内の小学校に保存されていたところ、1999年に修復・復元されて新津～会津若松間で運転されている『SLばんえつ物語』に使用されています。

SL列車の音と熱気、車窓からのゆったり流れる風景はスピード優先の現代社会のなかで「旅の風情」を再認識させてくれます。残念ながら、このC57は点検・整備

のため、現在は運行を休んでいるようです。

カメラのほうはここ数年はこの鉄道写真のほかに星空撮影もはじめるようになって、Leicaからデジタル一眼へと買い替え、歳を重ねるごとに老眼がすすんで電子ビューファインダーがないとピント合わせが大変になってきたためSONY α9へ、そして現在はCanon EOS Rを使っています。

このSLの写真はiPhoneで撮影したのですが、最近はスマホのカメラ性能が上がって、連写や4K動画撮影からの静止画切り出しもできるので、咄嗟のスナップ撮影なら一眼レフよりもずっといい写真が撮れるようになりました。

鉄道模型もまた私の趣味のひとつです。子供の頃には鉄道模型の車両は高価でとても購入できず、あこがれの趣味でした。

デジタル化は鉄道模型の世界にも及んできていて、20年前にははじめた頃はコントローラーからレールに流れる電流に応じてモーター付き車両が走るだけだったのが、現在は複数列車を自動的にコントロールできたり、車両の警笛を鳴らせたり、スピードに応じてその車両特有の走行音を再現できたりと、さまざまなギミックが備わるようになりました。

ジオラマ製作もやってみたいのですが、なかなかその技術も時間もなく、車両のコレクションが主体になっていて、Nゲージの鉄道模型は現在400両以上を所有しています。

折しも新天皇の御即位にあたり、そのコレクションから8620型蒸気機関車牽引の『お召し列車・新1号編成』を選び、撮影してみました。



学会出席などで遠出する機会には、時間が惜しくて航空機や新幹線を利用することが圧倒的に多いのですが、駅で新幹線を待つ合間にも在来線にちょっと目を向けると個性豊かな列車がたくさん走っており、沿線にはそれらの列車と人々が織りなす素晴らしい情景があふれています。

出張の移動の合間に鉄道車両の知識を深めつつ旅情を味わうことができるとすれば、出張にも旅行としての楽しみが加わるし、ひとつの満足のいく趣味として成り立つのではないのでしょうか。

最近、鉄道ファンのマナーの悪さがたびたびニュースにとりあげられますが、こういったマナーの悪い方々とは一線を画して、紳士的に楽しみたいものです。

表紙

「チングルマ」

真家 興隆

7月頃、月山に登るとチングルマの大群落が見られる。地を覆う深緑の葉とその上に開く黄白色の花はさわやかで、山登りの疲れを忘れさせる。この植物、一見、草のようだが、よく見ると幹は堅い木である。年輪を数えた研究では、径5ミリ程になるのに20年はかかる由。写真のチングルマも岩の上で、その位は生きてきたようである。

(月山9合目で撮影)

編集後記

初夏となりました。皆様にはお健やかに過ごしのことと思います。

初夏と申しましても今年は5月下旬より気温が上昇し全国的に真夏日が続き、鶴岡も32度を記録しました。

真夏日の中、鶴岡では例年開催されている鶴岡天神祭が行われ、5月25日は天神祭パレードがありました。沿道では炎天下の中、多くの親子連れが見物しており、パレードに参加しているお子さんには付き添いの大人が子供達に水をかけながら、行進している姿が印象的で、またパレードを楽しく微笑ましく見物させていただきました。

我が医院はパレードが開催されている時間帯は交通規制区間に入るため、パレードの開かれる日の午後は、これ幸いと、休診にさせていただいています。例年は当日の昼食は、交通規制があるため自宅に帰れなくなるのを恐れ、大人しく家で食べ、パレードが始まったら沿道に出て見学をさせていただいたのですが、今年はなぜか、どうしてか、大丈夫だろうと家族で判断し外食をしよう！という事になりました。これが悲劇の始まりで、その後、自宅に帰るまで、もしかしたらこの費やした時間で仙台に行けたかもしれない、という程、運転をして車の中で過ごす事になりました。良い教訓になりました。

6月号の表紙を飾ってくださった写真は、真家興隆先生による「チングルマ」。可憐な花だな、と思いつつながら解説を拝見すると、この細い幹は実は木で、5mmになるのに20年もの年月があったというので驚き、素朴な感動を受けました。

(木根淵 智子)

編集委員：渡邊秀平・小野俊孝・三科 武・佐久間正幸・木根淵智子・中目哲平

発行所：一般社団法人鶴岡地区医師会 山形県鶴岡市馬場町1-34

TEL 0235-22-0136 FAX 0235-25-0772 E-mail ishikai@tsuruoka-med.jp

ホームページにも掲載しております  URL <http://www.tsuruoka-med.jp>